

Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Program Akselerasi

Nicky Yudha Ananda

Endah Mastuti

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

Abstract.

The aimed of this study was to find out the influence of perfectionism on academic procrastination in the accelerated class student. Perfectionism theory by Hill, Huelsman, Furr, Vicente & Kennedy (2004) and academic procrastination theory by Tuckman (1991) were used as the reference for this study.

This study was conducted on 24 students in class XI who follow the program accelerated class in SMAN 5 Surabaya. The sampling technique used was jenuh sampling. The Perfectionism Inventory (PI) scale by Huelsman, Furr, Vicente & Kennedy (2004) was used to find out the perfectionism was modified by Nanang Rosadi (2012) and academic procrastination scale according to Tuckman (1991) theory. The reliability score of The Perfectionism Inventory (PI) scale was 0,913 and the reliability score of academic procrastination was 0,913. Data analysis was performed with regression analysis technique using SPSS 16.0 for windows.

The result showed there is an influence of perfectionism on academic procrastination with F value 4,815, significance value 0,039, R value 0,424 and R square 0,18. The formula of this regression analysis is $Y = 153,677 - 0,416 X$, it means perfectionism have a negative correlation with academic procrastination.

Keywords: Perfectionism, Academic Procrastination and Acceleration Program

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi. Definisi perfeksionisme dalam penelitian ini menggunakan teori dari Hill, Huelsman, Furr, Vicente & Kennedy (2004), sedangkan pada prokrastinasi akademik menggunakan teori dari Tuckman (1991).

Penelitian ini dilakukan pada 24 siswa di kelas XI yang mengikuti program kelas akselerasi di SMAN 5 Surabaya. Teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah sampling jenuh. Alat pengumpul data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner perfeksionisme berupa skala The Perfectionism Inventory (PI) oleh Hill, Huelsman, Furr, Vicente & Kennedy (2004) yang telah diadaptasi di Indonesia oleh Nanang Rosadi (2012) dan skala prokrastinasi akademik yang disusun peneliti berdasarkan teori dari Tuckman (1991). Reliabilitas skala The Perfectionism Inventory adalah 0,913 dan reliabilitas dari skala prokrastinasi akademik adalah 0,913. Analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan teknik regresi dengan menggunakan bantuan program SPSS 16.0 for windows.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh suatu kesimpulan terdapat pengaruh antara

Korespondensi: Nicky Yudha Ananda. Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Jalan Dharmawangsa Dalam Selatan Surabaya 60286, Telp. (031) 5032770, (031) 5014460, Fax (031) 5025910. Email: nickyyudhaananda@gmail.com

perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik dengan F hitung sebesar 4,815, nilai signifikansi sebesar 0,039, nilai R sebesar 0,424 dan R square sebesar 0,18. Persamaan regresi yang didapatkan adalah $Y = 153,677 - 0,416X$, ini berarti perfeksionisme memiliki hubungan yang negatif dengan prokrastinasi akademik.

PENDAHULUAN

Program akselerasi adalah suatu model pelayanan pendidikan yang diberikan kepada siswa yang disesuaikan dengan potensi kecerdasan dan juga bakat istimewa yang mereka miliki dengan cara memberikan suatu kurikulum yang membuat mereka dapat menyelesaikan sekolahnya lebih cepat dibandingkan dengan anak-anak seusianya (Departemen Pendidikan Nasional, 2007). Adanya percepatan waktu belajar dari 3 tahun menjadi 2 tahun tentunya membuat waktu belajar dan juga aktivitas siswanya menjadi semakin padat, hal ini juga berimbas kepada tugas ataupun pekerjaan rumah menjadi semakin banyak. Idealnya, seorang siswa akselerasi harus dapat membagi waktunya dengan baik antara belajar, mengerjakan tugas dan aktivitas yang bersifat hobi agar tidak terjadi penundaan dalam mengerjakan tugas yang nantinya dapat berdampak kurang baik terhadap prestasi sekolahnya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 4 siswa akselerasi didapatkan hasil bahwa para siswa biasanya melakukan penundaan karena merasa lelah, *mood* yang kurang baik dan merasa bosan karena kesulitan dalam mencapai standar tinggi yang dibuatnya (perfeksionisme). Dari hasil wawancara tersebut, peneliti memilih perfeksionisme sebagai variabel yang memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk meninggalkan, menunda atau menghindari menyelesaikan aktivitas yang seharusnya diselesaikan (Tuckman, 1991; dalam Mohamadi, Farghadani & Shahmohamadi, 2012). Prokrastinasi akademik memiliki banyak dampak yang kurang baik seperti stres dan juga disertai dengan perasaan bersalah (Ferrari, Johnson, dan Mccown 1995; Pychyl, dkk., 2000; dalam Ackerman dan Gross, 2005). Selain itu, Solomon dan

Rothblum (1984; dalam Ackerman dan Gross, 2005) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dapat mengganggu penguasaan seorang pelajar dalam suatu materi yang menyebabkan terganggunya prestasi akademik dari pelajar tersebut.

Sudah banyak penelitian yang dilakukan terkait dengan fenomena prokrastinasi akademik. Dari penelitian tersebut ditemukan beberapa faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Flett, Blankstein, Hewitt, dan Koledin (1992) menyatakan bahwa banyak peneliti yang mengatakan bahwa prokrastinasi akademik mempunyai hubungan dengan perfeksionisme, dimana ditemukan berbagai variasi hasil penelitian. Selain itu, Muhiid (2009; dalam Aini dan Mahardayani, 2011) menyatakan bahwa prokrastinasi biasanya dipengaruhi oleh beberapa aspek seperti rendahnya kontrol diri, *self esteem*, *self efficacy*, *self conscious*, dan juga kecemasan sosial. Berdasarkan hasil penelusuran melalui jurnal penelitian dan juga variabel-variabel yang muncul selama proses wawancara kepada anak akselerasi, peneliti memilih untuk fokus kepada variabel perfeksionisme yang memang kecenderungannya lebih banyak terjadi pada anak-anak berbakat ataupun dalam hal ini adalah siswa akselerasi.

Huelsman, Furr, Vicente, dan Kennedy (2004) mendefinisikan perfeksionisme sebagai suatu hasrat untuk mencapai kesempurnaan dimana ditandai dengan perfeksionisme adaptif (*Conscientious Perfectionism*) yang berasal dari internal individu dan perfeksionisme maladaptif (*Self-evaluate Perfectionism*) yang berasal dari eksternal individu. Perfeksionisme yang berujung kepada prokrastinasi akademik dapat disebabkan salah satunya oleh perasaan takut terhadap kegagalan. Takut terhadap kegagalan adalah salah satu hal yang dapat menyebabkan seorang siswa melakukan penundaan. Takut gagal disini terkait dengan perasaan bersalah seorang prokrastinator

apabila tidak mampu menyelesaikan sebuah tugas ataupun juga mencapai tujuan yang dikehendakinya. Perasaan takut akan kegagalan sendiri juga identik sebagai salah satu masalah yang sering muncul pada individu yang mempunyai kecenderungan perfeksionis (Onwuegbuzie, 2000).

Tuntutan dari lingkungan sekitar seperti orangtua dan guru yang selalu menginginkan hasil yang terbaik membuat siswa menjadi sangat peka terhadap kegagalan. Keadaan ini dapat membuat perasaan siswa menjadi tidak nyaman apabila pada saat ditengah-tengah penyelesaian tugas mereka merasa kesulitan untuk menyelesaikan tugas tersebut secara sempurna. Perasaan bersalah yang muncul sebagai akibat dari rasa peka yang berlebih terhadap kegagalan dapat membuat mereka memilih aktivitas-aktivitas yang dapat memberikan kesenangan dibandingkan dengan mengerjakan tugas. Tuckman (2003; dalam Gunawinata, Nanik & Lasmono 008) menyatakan bahwa seorang prokrastinator adalah individu yang gemar mencari kesenangan dan akan berusaha menghindari segala hal yang dapat memberi tekanan terhadap dirinya. Dengan begitu individu yang perfeksionis akan melakukan penghindaran dengan melakukan prokrastinasi sebagai bentuk *coping* terhadap segala tuntutan dan tekanan yang mereka rasakan.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa kondisi ideal (*das solen*) seorang siswa kelas akselerasi adalah harus dapat membagi waktunya dengan baik agar tidak terjadi penundaan-penundaan dalam mengerjakan tugas yang sifatnya tidak perlu. Namun, pada kenyataan faktualnya (*das sein*) yang terjadi adalah sisi perfeksionis seorang siswa dapat menjadi salah satu penyebab munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Kesenjangan antara kondisi ideal (*das solen*) dengan kenyataan faktual (*das sein*) inilah yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini. Melihat kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melihat apakah terdapat pengaruh oleh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi.

METODE PENELITIAN

Variabel terikat (Y) yang digunakan dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk meninggalkan, menunda atau menghindari menyelesaikan aktivitas yang seharusnya diselesaikan (Tuckman, 1991; dalam Mohamadi, Farghadani & Shahmohamadi, 2012). Variabel bebas (X) yang digunakan dalam penelitian ini adalah perfeksionisme. Hill, Huelsman, Furr, Vicente, dan Kennedy (2004) mendefinisikan perfeksionisme sebagai suatu hasrat untuk mencapai kesempurnaan dimana ditandai dengan perfeksionisme adaptif (*Conscientious Perfectionism*) yang berasal dari internal individu dan perfeksionisme maladaptif (*Self-evaluate Perfectionism*) yang berasal dari eksternal individu.

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa akselerasi SMAN 5 Surabaya. Pemilihan subjek penelitian dikarenakan berdasarkan penggalan data awal yang digunakan dalam latar belakang masalah. Jadi dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang diangkat oleh peneliti benar-benar terjadi di SMAN 5 Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini apabila dilihat dari tipe data dan metode pengumpulan datanya termasuk dalam penelitian jenis survey karena mengambil sampel dari satu populasi dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data yang pokok (Singarimbun dan Effendi, 2006). Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini pada variabel prokrastinasi akademik disusun berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Tuckman (1991) dengan reliabilitas sebesar 0,913. Sedangkan untuk variabel perfeksionisme menggunakan *The Perfectionism Inventory* oleh Hill, Huelsman, Furr, Vicente & Kennedy (2004) yang telah diadaptasi di Indonesia oleh Rosadi (2012) dengan reliabilitas sebesar 0,913. Instrumen penelitian tersebut kemudian diujicoba kepada 24 siswa akselerasi SMAN 5 Surabaya dengan menggunakan teknik *sampling* jenuh. Data tersebut kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik statistik regresi linear sederhana dengan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*.

HASIL DAN BAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi sebesar 0,039 dan F hitung sebesar 4,815. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menandakan bahwa H_a pada penelitian ini diterima dan H_o ditolak. Nilai R sebesar 0,424 yang berarti kekuatan pengaruh antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik sebesar 0,424. Nilai R Square atau yang biasa disebut dengan koefisien determinasi mempunyai nilai sebesar 0,180, nilai ini berasal dari pengkuadratan nilai R. Jadi, dari nilai itu dapat diambil kesimpulan bahwa 18% perubahan variabel prokrastinasi akademik disebabkan oleh perfeksionisme dan 82% sisanya dapat dipengaruhi oleh variabel-variabel lain diluar perfeksionisme. Persamaan regresi dalam penelitian ini adalah $Y = 153,677 - 0,416 X$. Tanda minus (-) pada persamaan regresi tersebut menyatakan arah hubungan yang tidak searah, dimana semakin tinggi variabel perfeksionisme maka akan mengakibatkan semakin rendah variabel prokrastinasi akademik dan begitu pula sebaliknya (Santoso, 2012).

Dalam penelitian ini juga dilakukan uji pengaruh antara indikator perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dimana indikator *ruminatation*, *planfulness* dan *perceived parental perfectionism* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Jika dilihat dari hasil uji indikator dapat terlihat bahwa faktor lingkungan lebih memiliki peran, ini dikarenakan *ruminatation* dan *perceived parental perfectionism* lebih disebabkan oleh adanya faktor ekspektasi yang besar dari orangtua ataupun lingkungan sekitar yang pada akhirnya membuat siswa menjadi terlalu khawatir akan kesalahan yang mungkin saja dibuatnya. Hal ini dikarenakan kesalahan yang dibuatnya dapat membawanya kepada kegagalan.

Hal ini juga didukung oleh teori Solomon dan Rothblum (Rizvi, dkk, 1997; dalam Mastuti, Indrijati, dan Andriani, 2006) yang menyebutkan bahwa salah satu penyebab prokrastinasi akademik pada individu adalah takut akan kegagalan. Takut gagal disini terkait dengan

perasaan bersalah seorang prokrastinator apabila tidak mampu menyelesaikan sebuah tugas ataupun juga mencapai tujuan yang dikehendakinya. Ketakutan inilah yang membuat seseorang lebih memilih untuk tidak mengerjakan ataupun juga menyelesaikan tugasnya. Penelitian yang dilakukan oleh Gunawinata, Nanik & Lasmono (2008) menyebutkan bahwa siswa yang memiliki kecenderungan perfeksionisme dapat menjadi peka terhadap kegagalan dan kepercayaan diri yang lemah. Hal ini dapat terjadi karena siswa menganggap bahwa kesalahan-kesalahan yang mungkin saja ia buat akan mendorongnya kepada kegagalan. Perasaan tidak nyaman tentang kesalahan yang dibuatnya dapat membuat siswa cenderung untuk memilih aktivitas-aktivitas yang dapat memberikan kesenangan dibandingkan dengan mengerjakan tugas. Tuckman (2003; dalam Gunawinata, Nanik & Lasmono 2008) menyatakan bahwa seorang prokrastinator adalah individu yang gemar mencari kesenangan dan akan berusaha menghindari segala hal yang dapat member tekanan terhadap dirinya. Dengan begitu individu yang perfeksionis akan melakukan penghindaran dengan melakukan prokrastinasi sebagai bentuk *coping* terhadap segala tuntutan dan tekanan yang mereka rasakan.

Indikator lain yang memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik adalah *planfulness*. *Planfulness* adalah kecenderungan untuk merencanakan ke depan dan mempertimbangkan keputusan yang akan diambil. Seorang siswa yang memiliki kecenderungan perfeksionis akan berusaha untuk mengerjakan segala sesuatu dengan sempurna atau yang sesuai dengan keinginan mereka. Mereka akan mengumpulkan segala bahan-bahan yang dibutuhkan agar tugas yang mereka kerjakan mendapat nilai yang maksimal, walaupun di sisi lain keputusan mereka untuk mengumpulkan bahan-bahan yang nantinya akan dipakai untuk mengerjakan tugas dapat membuat waktu pengerjaan tugas menjadi lebih singkat. Menurut Ferrari (dalam Mastuti, Indrijati, dan Andriani, 2006) jenis penundaan tersebut masuk ke dalam *functional procrastination*. Dalam *functional procrastination* biasanya seorang pelajar melakukan penundaan dikarenakan untuk mendapatkan sumber-sumber lain yang dirasa

dapat membuat kualitas dari tugasnya lebih baik. Jadi, prokrastinasi jenis ini bernilai positif karena dapat membuat kualitas dari tugas yang akan diselesaikan semakin baik.

Berdasarkan hasil pembahasan di atas menunjukkan bahwa perfeksionisme memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik walaupun pengaruh yang dihasilkan hanya sebesar 18%. Selain itu, penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Flett, Blankstein, Hewitt, dan Koledin (1992) yang menyatakan bahwa perfeksionisme memang memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik dan lebih bergantung kepada konteks sosial.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada siswa

program akselerasi.

Pada penelitian ini juga didapatkan bahwa indikator perfeksionisme seperti *ruminatation*, *planfulness* dan *perceived parental perfectionism* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik, tetapi pada indikator *concern over mistakes*, *need for approval*, *organization*, *striving for excellence* dan *high standards for others* tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian terkait dengan variabel-variabel lain diluar perfeksionisme yang mempunyai hubungan ataupun pengaruh terhadap prokrastinasi akademik terutama yang menjadi ciri-ciri dari anak cerdas istimewa. Hal ini dikarenakan besarnya jumlah variasi variabel lain diluar perfeksionisme yang memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

PUSTAKA ACUAN

- Ackerman, D. S, Gross, B. L. (2005). My Instructor Made Me Do It; Task Characteristics of Procrastination. *Journal of Marketing Education*. Volume 27, no. 5-13.
- Aini, A.N., & Mahardayani, I.H. (2011). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*. Volume I, No. 2, Juni 2011.
- Departemen Pendidikan Nasional. D. P. (2007). *Pedoman Penyelenggaraan Pendidikan untuk Peserta Didik Berkecerdasan Istimewa (Program Akselerasi)*. Jakarta: Penulis.
- Flett, G.L., Blankstein, K.R., Hewitt, P.L., & Koledin, S. (1992). Components of Perfectionism and Procrastination in College Students. *Society for Personality Research (Inc)*.
- Gunawinata, V.A., Nanik., & Lasmono, H.K. (2008). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik & Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*.
- Hill, R. W., Huelsman, T.J., Furr, R.M. Kibler, J., Vicente, B.B., & Kennedy, C. (2004). A New Measure of Perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 82(1), 80-91.
- Mastuti, E., Indrijati, H., & andriani, f. (2006). Memahami Perilaku Prokrastinasi Akademik Berdasar Tingkat Self Regulation Learning dan Trait Kepribadian. *Laporan penelitian DIPA PNBP*. Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Airlangga.
- Mohamadi, F. S., Farghadani, A., & Shahmohamadi, Z. (2012). Individual Factors Antecedents of Academic Procrastination: The Role of Perfectionism Components and Motivational Beliefs in Predicting of Students Procrastination. *European Journal of Social Sciences*. ISSN 1450-2267 Volume 30 No.2 (2012), pp. 330-338.
- Onwuegbuzie, A.J. (2000). Academic Procrastinators and Perfectionistic Tendencies Among Graduate Students. *Journal of Social Behavior And Personality*, 2000. Volume 15, No 5, 103-109.
- Rosadi, N. (2012). Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Depresi Pada Siswa Cerdas Istimewa Di

Kelas Akselerasi. *SKRIPSI*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

Santoso, S. (2012). *Aplikasi SPSS pada Statistik Parametrik*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Sigarimbun, M., & Effendi, S. (2008). *Metode Penelitian Survei (Rev Ed)*. Jakarta: LP3S.